

KURSSPECIALS

MAI

ENDENICH

**04.05.
mit Tina**

10:30 Uhr
BBP
11:30 Uhr
Pilates

**11.05.
mit Sigi**

10:30 Uhr
Step
11:30 Uhr
Bodyworkout

**18.05.
mit Irene**

10:30 Uhr
Aerobic
11:30 Uhr
Bodystyling

**25.05.
mit Sandra**

10:30 Uhr
Step
11:30 Uhr
Bodystyling

SANKT AUGUSTIN

**04.05.
mit Nadine**

10:30 Uhr
HIIT
11:30 Uhr
Lift

**11.05.
mit Chris**

10:30 Uhr
BBP
11:30 Uhr
Zumba

**25.05.
mit Chris**

10:30 Uhr
BBP
11:30 Uhr
Zumba

BORNHEIM

**05.05.
mit Conny**

11:00 Uhr
Functional Step
12:00 Uhr
Mixed Intervall

**09.05.
mit Irene**

11:00 Uhr
Fatburner
12:00 Uhr
Pilates

**12.05.
mit Irene**

11:00 Uhr
Fatburner
12:00 Uhr
Pilates

**19.05.
mit Irene**

11:00 Uhr
Fatburner
12:00 Uhr
Pilates

**20.05.
mit Irene**

11:00 Uhr
Aerobic
12:00 Uhr
Pilates

**26.05.
mit Sigi**

11:00 Uhr
Step
12:00 Uhr
Bodyworkout

**30.05.
mit Sigi**

11:00 Uhr
Dance-Step
12:00 Uhr
Bodyworkout

BEUEL

**05.05.
mit Lenka**

10:00 Uhr
Zumba
11:00 Uhr
Bodystyling/Tabata

**12.05.
mit Lenka**

10:00 Uhr
Zumba
11:00 Uhr
Bodystyling/Tabata

**19.05.
mit Jutta**

10:00 Uhr
Rückenfit
11:00 Uhr
Bauch, Beine, Po

**26.05.
mit Nella**

10:00 Uhr
Fitmix
11:00 Uhr
Pilates

PLITTERSDORF

**01.05.
mit Vanny**

11:00 Uhr
Bauch, Beine, Po
12:00 Uhr
Zumba

**04.05.
mit Nadia**

11:00 Uhr
Pilates
12:00 Uhr
Zumba

**09.05.
mit Monika**

11:00 Uhr Bodyworkout

**11.05.
mit Monika**

11:00 Uhr Bodyworkout

**18.05.
mit Anja**

11:00 Uhr
Yoga Yin&Yang (Bitte
eine Decke und Socken
mitbringen)
12:30 Uhr
Step

**20.05.
mit Lyubka**

11:00 Uhr
365 Dynamic Strength
12:00 Uhr
BodyArt (Ying&Yang)

**25.05.
mit Vanny**

11:00 Uhr
Bodystyling
12:00 Uhr
Zumba

**30.05.
mit Jutta**

11:00 Uhr
Rückenfit
12:00 Uhr
Bauch, Beine, Po